



陵西一寸ソラマメのクリームパスタ



材料: 2人分

陵西一寸ソラマメ 16莢 (約48粒 = 約260g)

エリンギ 1本 (約50g)

エビ 6尾

牛乳 200cc

生クリーム 50cc

パスタ 200g

バター 5g

薄力粉 大1

塩 適量

コショウ 適量

ガーリックパウダー 適量

オリーブ油 適量



1. ソラマメのお歯黒に包丁で切り込みを入れる。
2. 約2分塩茹でして、切り込みから皮を剥く。



3. 大きめの約16粒 (約1/3) はそのまま残り、残りの約32粒 (約2/3) は牛乳と一緒にミキサーにかける。



4. パスタは商品表示の茹で方どおりに茹でて、ざるに上げて水を切ったらバターを絡める。



5. エビの殻をむいて、背に切れ目を入れ背ワタを取る。
6. エリンギは幅約8mmの縦切りにする。
7. フライパンを中火にかけオリーブ油をひき、5と6を炒めながら塩、コショウ、ガーリックで味付けする。



8. 7を弱火にして、3で作ったソラマメの牛乳を加え、かき混ぜる。※手順8以降は常に弱火にして下さい。



9. 8に生クリームを加えて、さらにかき混ぜる。



10. 9に薄力粉をふるいながら加え、とろみをつける。
※ゆるめにした場合は、大1/2程度にしてください。



11. 10に3のソラマメを加えて、かるくかき混ぜたらできあがり。